

Brochettes d'autruche et purée de patates douces

Mise en place et préparation: env. 35 min

Mariner: env. 3 h

600 g de filets d'autruche, en dés d'env. 3 cm
1 ananas nain, en dés d'env. 3 cm
4 échalotes, en quartiers

2 c. à soupe de vinaigre de vin rouge
2 c. à soupe de beurre à rôtir
2 c. à soupe de sauce au soja (foncée)
2 c. à soupe de miel liquide
1 c. à soupe de concentré de tomates
1 gousse d'ail, pressée

½ c. à café de sel

1. Piquer les morceaux de viande, d'ananas et d'échalote en alternance sur 8 brochettes en bois.
2. Dans une casserole, bien mélanger le vinaigre de vin rouge et tous les ingrédients y compris l'ail, porter à ébullition, retirer du feu, laisser refroidir. Badigeonner les brochettes avec la marinade, laisser mariner à couvert au réfrigérateur env. 3 heures.
3. Sortir les brochettes du réfrigérateur env. 1 h avant la cuisson. Faire chauffer la poêle, cuire les brochettes à chaleur moyenne env. 10 min de tous côtés, saler.

Sauce au vin

1 c. à soupe de beurre
2 oignons, finement hachés
1 gousse d'ail, pressée
2 c. à soupe de concentré de tomates
2 dl de vin rouge
½ dl de fond de bœuf ou de bouillon de viande
sel, selon goût
un peu de poivre du moulin

Faire chauffer le beurre. Faire suer brièvement les oignons, l'ail et le concentré de tomates. Verser le vin et le fond, porter à ébullition, faire réduire de moitié, assaisonner, servir en accompagnement des brochettes.



Purée de patates douces

Mise en place et préparation: env. 35 min

1 c. à soupe de beurre
1 gousse d'ail, hachée
700 g de patates douces, en dés d'env. 2 cm
450 g de pommes de terre à chair farineuse, en dés d'env. 2 cm
2 dl de bouillon de légumes
40 g de beurre
sel, selon goût

1. Faire chauffer le beurre et faire revenir l'ail, les patates douces et les pommes de terre, verser le bouillon, couvrir et laisser mijoter à feu doux env. 20 minutes. Retirer la casserole du feu. Presser les patates douces et les pommes de terre avec le presse-purée ou le moulin à légumes au-dessus de la casserole.
2. Incorporer le beurre, saler la purée.



Cuire les patates douces et les pommes de terre avec l'ail et le bouillon dans un récipient perforé du steamer 10 min à 100 °C dans le steamer Miele ou le four à vapeur. Réduire en purée à l'aide du presse-purée ou du moulin à légumes, incorporer le beurre, saler la purée.